

メタボリックシンドローム予防戦略事業報告

「合い言葉は**お**い**し**い**な** 保健所からの食育の推進」

はじめに

茨城県では平成19年3月に食育基本法に基づく「茨城県食育推進計画」を策定した。

この計画に基づき、保健医療関係者、農林漁業者、食品関連事業者、行政等が、家庭、保育所、学校、地域等において、継続的な食育を推進するため、自発的かつ連携した具体的取り組みを強化することとした。

本稿では、保健所を核とした食育支援ネットワーク事業を通して、保健所の関わる食育の取組を報告する。

1 食育の合い言葉「おいしいな」を通じた共通認識の浸透

茨城県食育推進計画は、「食育を通じて生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むこと」を基本理念とし、その実現のため3つの施策の柱を設定し（図1）、46項目の数値目標を掲げている。

また、計画終了年度である平成22年度における目標達成のため、46項目の中でも、より一層の推進や関係機関との連携が望まれる事項を「茨城県食育推進計画」重点事項として定めた。（表1）

この計画の特徴は、県民に分かりやすく食育を伝える方法として、食育スローガンを活用しようとしたところである。（表2）

平成18年度に幼児期の保護者3,199名を対象とした「子どもの食育に関する実態調査」を行ったところ、「食育の言葉と意味を知っている」割合は約5割、また、「食育に関心がある」割合は約7割にとどまっており、関心がない理由には「食育」自体をよく知らないこと等が挙げられた。

そこで、食育を実践するためには何から始めればよいのかを具体的に示したのが、食育スローガンである。

スローガンは「おいしいな」を頭文字にして、食育の基本となる「朝食を毎日食べること」「食に関する感謝の気持ちを持つこと」「野菜を摂取すること」「地場産物を味わうこと」「家族との食事を大切にすること」を主旨としたものである。

このスローガンの普及には次の3つのねらいがある。

- ①食育の基本を簡潔に県民に伝えること
- ②5つのスローガンを覚えることで、有識者だけでなく、全ての人が食育の説明ができること
- ③食育に関する多面的なアプローチが展開される中において、関係者の共通認識を深めること。

食育は、あらゆる機会を通して多面的なアプローチがなされているので、関

係者間で「おいしいな」で共通認識を図ることは、県民に一貫性のある情報提供を行う上で重要である。

図 1 茨城県食育推進計画の基本理念

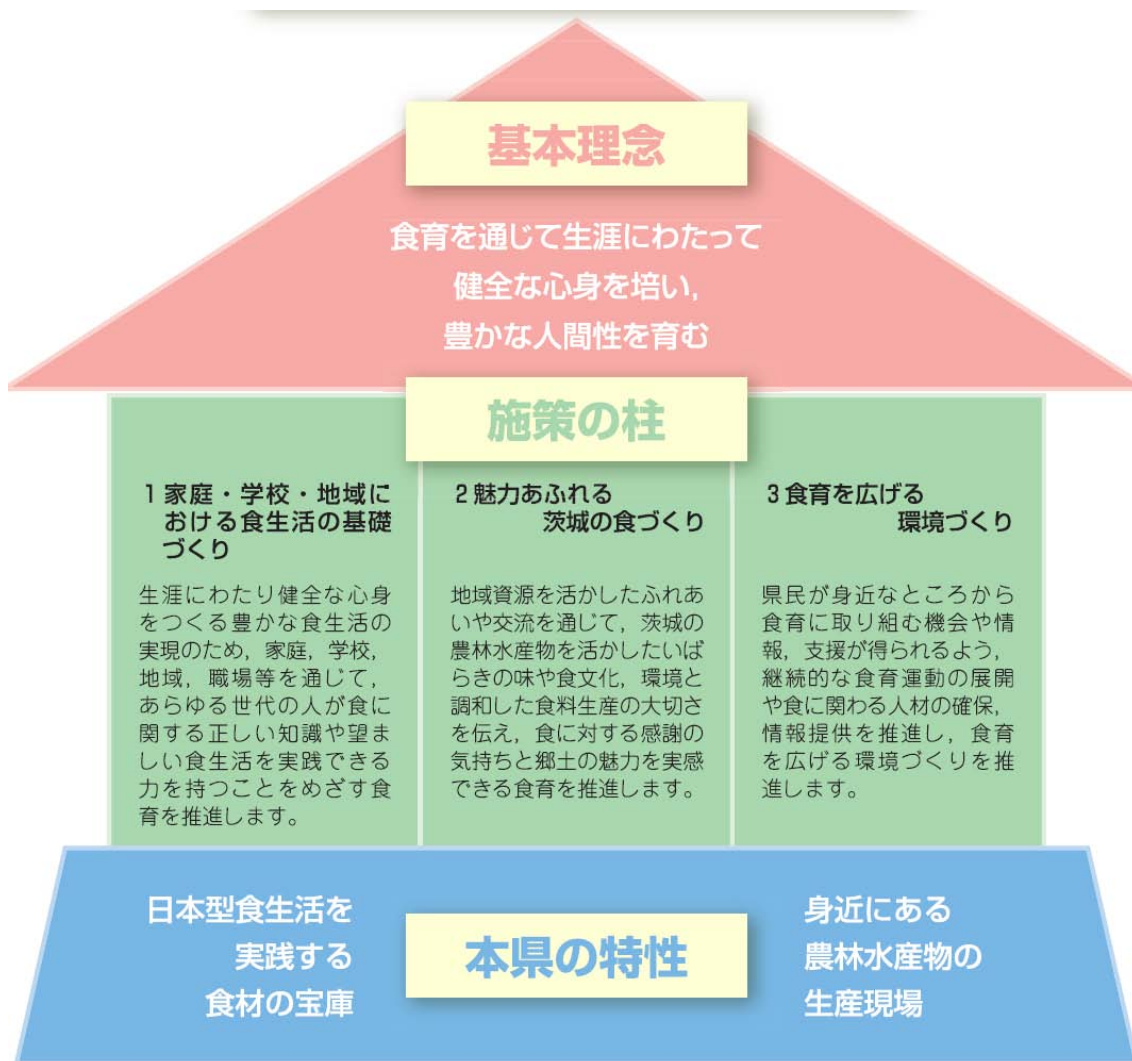


表 1 「茨城県食育推進計画」重点事項

No.	重点事項	直近値	目標値 H22	数値目標の 管理担当課
1	いつも朝食を食べる小学生の割合	90.2% (H18)	100%	保健体育課
2	食育計画を策定している保育所の割合	(※1)	50%	子ども家庭課
3	食に関する年間指導 計画を作成している 学校の割合	小学校	100%	保健体育課
		中学校		
4	朝食を欠食する成人 の割合	20歳代男性	15%以下	保健予防課
		30歳代男性		
5	学校給食における地場産品を使用する割合	29.6% (H17)	30%以上	保健体育課
6	メタボリックシンドロームの言葉と意味を 知っている県民の割合	56.2% (H18)	80%以上	保健予防課
7	教育ファームの取り組みがなされている市 町村の割合（教育ファーム推進計画を策定 している市町村）	(※2)	60%以上	園芸流通課
8	食育に関心を持っている県民の割合	74.7% (H18)	90%以上	保健予防課
9	食育推進計画を作成・実施している市町村 の割合	0% (H19)	100%	保健予防課

(※1) 保育所における食育の計画づくりに関する調査（平成18年10月）

「食育の計画づくりに取り組んでいる」という設問に対する回答は「とてもあてはまる」29.6%、「ややあてはまる」50.1%

(※2) 市町村、学校、農林漁業者等様々な主体が取り組んでいる市町村の割合（平成18年度）では、40%

表2 合い言葉は(お)(い)(し)(い)(な)「食育スローガン」

お おはよう、ごはんを食べましょう

朝食を食べるには、早寝早起きが必要になるなど、生活習慣改善の大きなカギとなります。朝食を食べることで、生活リズムを整えましょう。

い いただきます、ごちそうさまをいしましょう

命をもらった動植物、食に関わる方々や料理をしてくれる方々の活動があって、私たちは食べ物をいただいています。

食べ物を大事にする気持ちや、作ってくれてありがとうの気持ちを表しましょう。

し しっかり野菜を食べましょう

不足しがちな野菜をしっかり食べましょう。毎日の食事にあと一品野菜のおかずを加えると栄養バランスが整います。

い いばらきの食べ物を味わいましょう

地域の日常生活や伝統行事等と結びついた食材や料理、食文化は私たちの誇りです。いばらきの豊かな食を味わう機会を大切に、食に関する技術や文化を学びましょう。

な なかよくみんなで食事を楽しみましょう

家族や友人と一緒に食卓を囲み、コミュニケーションをとりながら食事を楽しみましょう。

2 保健所を核とした食育の推進

茨城県食育推進計画に基づく取り組みを浸透させるには、地域における推進体制を整備するとともに、関係機関の自発的な活動を促進するため、保健所において、市町村食育推進計画策定を推進するための情報交換や研修会等を開催するとともに、地域の関係機関等とともに、モデル的な食育推進キャンペーンを企画実践する「食育支援ネットワーク事業」を実施する。

3 食育支援ネットワーク事業の概要

食育支援ネットワーク事業の位置づけは事業フローのとおりである。(図2) 事業内容は、地域での食育推進のよりどころとなる市町村食育計画策定の支援を図るとともに、食育を推進する上で重要な子ども世代の食育の重要性の普及や、青壮年期の者を対象とした健康づくりの取り組みを支援するため、スーパーマーケットや大学、給食施設等と連携した食育推進キャンペーンの実施である。

(1) 事業内容

- ①市町村食育推進計画策定に向けた会議・研修会
- ②食育推進キャンペーンの実施（ア～ウのうち1つ以上を選択する。）
 - ア 事業所給食（従業員食堂）との連携
 - イ スーパーマーケット等との連携
 - ウ 大学との連携

(2) 平成19年度 事業実施状況（実施数／全数）

- ①市町村食育推進計画策定に向けた会議・研修会 12／12保健所
(平成19年度実績)
市町村食育推進計画策定を予定する市町村数 22／44市町村
(平成19年12月現在)
- ②食育推進キャンペーンの実施状況（平成19年度）
 - ア 事業所給食（従業員食堂）との連携 1／12保健所
 - イ スーパーマーケット等との連携 12／12保健所
 - ウ 大学との連携 1／12保健所
 - ・キャンペーン参加者数 延べ 9,370人
 - ・キャンペーン開催日数 延べ 56日

(3) 評価指標の設定

各保健所が設定した評価指標を結果指標、成果指標で分類した。

評価	内容	(実施数／全数)
結果指標	食育推進キャンペーン参加者数	12／12保健所
	食育推進キャンペーン協力団体数	3／12保健所
成果指標	食育や「おいしいな」スローガンの認知率	2／12保健所
	生活習慣と健康に関するアンケート	1／12保健所
	市町村食育推進計画策定予定数	9／12保健所

(4) 事業実施の事例（全事例については表3参照）

ア 茨城県筑西保健所の事例

事業内容	<p>1 食育支援ネットワーク会議 ○平成19年9月25日 市町村食育推進計画策定と関係機関の取り組み促進をめざした会議の開催 28名参加</p> <p>2 事業所給食施設と連携した食育推進キャンペーンの実施 給食施設を通じた青壮年期の者へのメタボリックシンドローム予防及び食育のポピュレーションアプローチとして、ヘルシーメニュー提供、健康情報の提供、個別栄養相談を実施した。 ○連携機関：NECコンピューターテクノ茨城 ○協力団体：(社)茨城県栄養士会 ○日 時：平成19年12月5日～7日 (1)従業員食堂でのヘルシーメニューの提供（NEC） 食事バランスガイド，エネルギー，塩分量を表示 (2)従業員食堂での健康・食育コーナーの設置 ①食生活【1日目】 ・管理栄養士による食生活診断（(社)茨城県栄養士会） ・食育に関するポスター掲示とパンフレット配布（NEC，保健所職員） ②歯周病予防【2日目】（保健所歯科衛生士等） ・キシリトールガムと試験紙による唾液のpHチェック。 ・歯科パネル展示 ③たばこ対策【3日目】（保健所歯科衛生士等） ・スモーカーライザーを使った肺中の一酸化炭素濃度測定 ・潜血反応試験紙を使った歯周病チェック</p> <p>3 スーパーマーケットでの食育推進キャンペーン ○連携機関：かましん下館店（スーパーマーケット） ○協力団体：(社)茨城県栄養士会 ○平成19年10月28日 ○実施内容 ・食育リーフレット配布 ・食事や健康に関するアンケート実施 ・食生活診断（(社)茨城県栄養士会） ・郷土料理パネル展示 ・歯科衛生士による歯科保健指導 ・保健師による健康相談 ・食中毒予防のための手洗い指導</p>
------	--



事業
結果

- ・食育推進計画策定予定市町村／全市 3 / 3 市
- ・事業所給食施設と連携した食育推進キャンペーン社員約 300 名
- ・スーパーマーケットでの食育推進キャンペーン約 300 名
- ・食育の言葉と意味を知っている方の割合 22% (n=268 名)
- ・キャンペーンで初めて食育を知った方の割合 14% (n=268 名)

その
他
事業
結果

- ・市計画策定については引き続き助言を行う。
- ・従業員食堂という日常の場所で、3日間連続で同じ対象者にアプローチしたことから、対象者の積極的な参加があった。給食施設は、特に特定保健指導対象前の年齢層に対する健康教育の場として、効果的な指導が期待できる機会である。
- ・保健所の給食施設指導状況などから、事業連携が見込める施設を抽出することができた。
- ・保健所の管理栄養士や保健師、歯科衛生士等の連携により、専門的な個別支援を実施することができた。また、事業所側からも、保健所との連携により、幅広い保健指導の機会を得たとの意見があった。


イ 常陸大宮保健所の事例

内容	<p>1 食育推進連絡会の開催</p> <ul style="list-style-type: none">○平成19年10月2日 茨城県食育推進計画の周知と食育キャンペーンに関する協議12名○平成20年1月7日 市町食育推進計画策定に向けての会議の開催 9名 <p>2 スーパーマーケットでの食育推進キャンペーン</p> <p>食や健康に関心の薄い方などを含めたアプローチとして、スーパーマーケット、ショッピングモール及び地域で開催されるイベント等と連携し、毎月19日の食育の日を中心とした食育推進キャンペーンを展開する。なお、地域関係者とともに事業計画の作成、事業実践、事業評価することで、相互連携の強化、事業の充実等を図った。</p> <ul style="list-style-type: none">○連携機関：ジャスコ常陸大宮店○協力団体：(社)茨城県栄養士会、食生活改善推進協議会、水産物開発普及協会、食品衛生協会、学校栄養士会、大宮聖慈保育園、市町○日 時：平成19年10月19日～20日○テーマ：「食育とメタボリックシンドローム予防」○内 容： 管理栄養士による食生活診断、食育ゲーム&クイズ、お魚ミニ料理教室、保育所や学校での取り組みの展示、食育教材を使った実演、メタボリックシンドローム予防（BMI計算等）、食育リーフレット配布、ポスター掲示 <p>3 研修会開催</p> <ul style="list-style-type: none">○日 時：平成20年2月27日○参加者：飲食店、旅館、スーパーマーケット、商工会、食生活改善推進員、市町職員、その他一般希望者○内容<ul style="list-style-type: none">・基調講演「外食・中食関係者へ食育の理解を図る」・シンポジウム「健康づくりのための食支援の取組と今後の課題」・ヘルシーアイデア料理の試食・展示
----	--

	
<p>事業 結果</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・食育推進計画策定予定市町村／2市1町 3／3市1町 ・キャンペーン参加者 2, 400名 ・研修会参加者 104名
<p>その 他事 業結 果</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・保健所が企画調整を行うことで、相互に接点のなかった関係機関が一体となって取り組むことができた。 ・保健所事業をきっかけに、関係機関同士のネットワークができ、自発的な連携事業が継続的に計画されることとなった。 <p><具体的事例></p> <ol style="list-style-type: none"> ①スーパーと栄養士会が連携し、毎月19日にスーパー店内で管理栄養士等による栄養相談会を実施。 ②スーパーと食生活改善推進員の連携により、野菜を使った料理コンクール優秀作品を広報。（毎年継続、随時広報）

ウ 日立保健所の事例

内容	<p>1 食育推進連絡会 ○実施日：平成20年3月17日 市町村食育推進計画策定をめざした会議の開催 15名参加</p> <p>2 大学と連携した食育推進キャンペーンの実施 管理栄養士養成校と連携し、大学生を対象に食育推進及びメタボリックシンドローム予防のためのキャンペーン活動を実施し、事業実施前後における大学生の食や健康に関する意識や態度の変化に関するアンケート調査を行った。 対象者は平成19年度時点の1学年とし、4年生までの状況を継続的に評価する。</p> <p>○連携機関：茨城キリスト教大学 ○日 時：①平成19年10月15日～22日 ②平成20年1月11日～21日 ○内 容： (1)スケジュール 2007.10 第1回生活習慣と健康に関するアンケート、 第1回キャンペーン活動 2007.10～2008.9 第2～5回キャンペーン活動 2008.10 第2回アンケート 2008.10～2009.9 第6～10回キャンペーン活動 2009.10 第3回アンケート 2009.10～2010.9 第11～15回キャンペーン活動 2010.10 第4回アンケート (2)平成19年度実績 ①第1回生活習慣と健康に関するアンケート結果 平成19年度時の1学年 全6学科 630名 ・自分の食生活に問題がある 食物健康科学科(80.5%) 看護学科(75.4%) 文化交流学科(62.3%) 現代英語学科(55.8%) 幼児保育専攻(55.0%) ・食育に関心がある、どちらかといえば関心がある 食物健康科学科(84.9%) 看護学科(78.7%) 現代英語学科(64.3%) 幼児育専攻(53.3%) 児童教育専攻(48.6%) ・メタボリックシンドロームの内容を知っている 食物健康科学科(74.4%) 看護学科(90.2%) 現代英語学科(55.3%) 幼児保育専攻(53.3%) 児童教育専攻(48.6%) ②キャンペーン実施 大学学生食堂等でのキャンペーン 延べ10日間 食育リーフレットの配布</p>
----	---

	<p>3 スーパーマーケットでの食育推進キャンペーン</p> <p>○連携機関：イトーヨーカドー日立店</p> <p>○日 時：平成19年10月13日～21日</p> <p>○内 容： 「家族でいっしょにいただきます」食育メッセージ応募作品や食育ポスター等の展示を，日立市の元気ひたち健康づくり市民会議主催の「食育・生活リズム統計図表展」に併せて実施。</p> 
事業結果	<ul style="list-style-type: none"> ・食育推進計画策定予定市町村／全市 3 / 3市 ・キャンペーン参加者数 約2,000名 ・アンケート参加数630名
その他事業結果	<ul style="list-style-type: none"> ・大学が主体となることで，3年間にわたる継続的な研究として事業が計画された。 ・食物健康科学科，看護学科の学生は食生活や食育に関心があり，メタボリックシンドロームに関する知識を持っている傾向があることが分かった。幼児保育や児童教育専攻が食育に関する意識が低い傾向がみられた。20歳前後の青年期に対する食育・メタボリックシンドローム予防普及のアプローチ方法を検討する上で今後も大変重要な調査となる。 ・スーパーマーケットにおいては，別途県が実施する募集事業に応募のあった1,002点の食育メッセージ作品を掲示することにより，近隣の家族づれが多く来訪した。

4 事業結果と今後の方針

保健所が食育推進キャンペーン等の事業を企画調整することで、地域の関係機関による連携した食育推進事業が展開できた。

事業評価は各保健所が事業企画に応じて評価方法を設定した。事業参加者数などで評価する結果指標を設定する保健所が多かったが、結果指標は、何を基準に、どのくらい変化があれば効果的な事業であると評価するのかを設定する必要があるため、今年度は平成19年度実績を基にした評価指標の設定が必要であると感じた。

市町村との連携としては、まず食育推進の拠りどころとなる市町村食育推進計画の策定支援がある。計画策定により、市町村のリーダーシップの下、保健センター、保育所、学校、職場、地域等の関係機関における食育の目的や役割分担を明らかにすることができる。については、保健所は、健康指標の収集や分析、作成手順を示すなど具体的な支援を継続して行う必要がある。

また、食育の取り組みは「健全な食生活の実践」、「地産地消」、「食文化の継承」、「食の安全確保」など様々な要素を含むことから、短期間のアプローチでは目的を絞る必要もあるので、「茨城県食育推進計画」重点事項を中心にポイントを絞った保健所事業の実施が必要であると感じた。

なお、キャンペーン参加者からは、「保健所が地域の健康教育に協力してくれることを初めて知った」との意見もあり、保健所＝規制を行う行政指導機能的なイメージが先行していることを認識した。

地域の健康実態や関係機関の情報、給食施設や飲食店など食環境に関する情報が集約する機関として、具体的な事業企画の提案や望ましい健康づくり事例の紹介など、前向きな取り組みを展開し、健康づくりを支援する食環境整備を推進するのは、保健所が担う大きな役割と捉え、現場や参加者の声を反映した事業推進を図りたいと考える。